

”SE JOKA PUUTTUU ON SANKARI” –
Työväline koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn

Laura Koskinen ja Kaisa Paasonen

Opinnäytetyö, kevät 2011

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Diak Etelä, Helsinki

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja (AMK)

TIIVISTELMÄ

Koskinen, Laura & Paasonen, Kaisa. "Se joka puuttuu on sankari" – työväline koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Helsinki, kevät 2011, 33 sivua., 1 liite. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä Helsinki. Hoitotyönkoulutusohjelma, Sairaanhoitaja (AMK).

Opinnäytetyömme tavoitteena oli luoda työväline koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Tuotimme kansion, jonka avulla voidaan toteuttaa draamaprojekti alakoulun oppilaiden kanssa. Toivomme, että kansion avulla opettaja tai ulkopuolinen henkilö esimerkiksi kouluterveydenhoitaja voi pitää luokalleen projektin, jonka avulla koulukiusaamiseen voidaan puuttua tai sitä voidaan ennaltaehkäistä.

Opinnäytetyömme koostuu teoriaosuudesta ja tuotetusta kansiosta. Teoriaosuudessa käsittelemme koulukiusaamista, hyvinvointia, mielenterveyttä ja sen edistämistä, ryhmän kehitystä, draaman käyttöä ja latenssivaiheessa olevien lasten kehityskautta. Kerromme myös kansion syntymisestä sekä pohdimme työmme toteutusta sairaanhoitajan näkökulmasta.

Valmis kansio sisältää ohjeet projektin toteutukseen, teoretietoa koulukiusaamisesta, leikkejä, improvisaatioharjoituksia, näytelmän käsikirjoituksen sekä diplomimallin.

Kokeilimme käytännössä kansion toimivuutta keväällä 2010 eräässä helsinkiläisessä koulussa 5. luokkalaisten oppilaiden keskuudessa, jossa kiusaaminen oli suuri ongelma. Kokeilun aikana pääsimme kokeilemaan käytännössä harjoitteita ja kirjoittamaan käsikirjoituksen lasten antamien ideoiden pohjalta. Tämä kokeilu antoi meille mahdollisuuden muokata kansion lopulliseen muotoonsa käytännön havaintojen kautta. Saamamme suullisen palautteen perusteella oppilaat olivat näytelmäprojektistamme innostuneita koko kevään ajan. Oppilaiden opettajat olivat huomanneet myös ryhmähengen kasvaneen oppilaiden keskuudessa.

Avainsanat

Koulukiusaaminen, mielenterveyden edistäminen, hyvinvointi, ryhmä, draama

ABSTRACT

Koskinen, Laura and Paasonen, Kaisa

A way to stop bullying.

33 p., 1 appendix. Language: Finnish. Helsinki, Spring 2011.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing and Health Care.

Degree: Nurse.

The purpose of the thesis was to create a new method to stop bullying. A guide book was created with which it is possible to execute a drama project together with primary school children. It was hoped that with this guide book a teacher or another professional, for example a school nurse, could execute the project for their class. The project might prevent bullying.

The thesis consisted of both a theory part and the guide book. School bullying; wellbeing, mental health and its promotion were taken into consideration in the theory part. Furthermore, the developments of a group and children's progress during the latency stage were also studied. The development of the guide book was also described.

The completed guide book contains directions for the execution of the project which include information concerning school bullying, games, improvisation exercises, the script of a play, and a diploma.

In spring 2010, the practical use of the guide book was tested among fifth graders in a Helsinki primary school, where bullying was a considerable problem. During the test there was an opportunity to experiment with exercises and to write the script based on ideas from the children. This experimentation helped to edit the guide book into the final form through observation in practice. On the basis of the oral feedback received from the children, the pupils were enthusiastic about the project. The children's teachers also noticed growth in the group atmosphere among the students.

Keywords: Bullying, primary school, guide book, observation

SISÄLTÖ

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 6 |
| 2 KOULUKIUSAAMINEN ILMIÖNÄ | 8 |
| 2.1 Koulukiusaaminen..... | 8 |
| 2.2 Koulukiusaaminen tilastojen valossa | 8 |
| 2.3 Lainsuoja kiusaamista vastaan | 9 |
| 2.4 Koulukiusaamiseen liittyvät hankkeet | 10 |
| 3 TOIMINTAYMPÄRISTÖ..... | 11 |
| 3.1 Kohderyhmänä alakouluikäiset | 11 |
| 3.2 Koulun sosiaalinen merkitys..... | 12 |
| 3.3 Hyvinvointi ja mielenterveys..... | 12 |
| 4 RYHMÄ..... | 14 |
| 4.1 Ryhmän kehitys | 14 |
| 4.2. Roolit ryhmässä | 15 |
| 4.3 Ryhmän merkitys lapselle | 16 |
| 4.4 Draama ja ryhmä | 17 |
| 5 KANSION SYNTYMINEN | 18 |
| 5.1 Produktio toiminnallisena opinnäytetyönä | 18 |
| 5.2 Kansion syntyminen eri vaiheet | 18 |
| 5.3 Kansion kokeilu käytännössä..... | 19 |
| 5.3.1 Esittäytyminen koululla | 20 |
| 5.3.2 Ensimmäinen ryhmätapaaminen | 20 |
| 5.3.3 Toinen ryhmätapaaminen | 20 |
| 5.3.4 Kolmas ryhmätapaaminen | 21 |
| 5.3.5 Neljäs ryhmätapaaminen | 22 |
| 5.3.6 Viides, kuudes ja seitsemäs ryhmätapaaminen | 22 |

| | |
|--|----|
| 5.3.7 Kenraaliharjoitus | 23 |
| 5.3.8 Ensi-ilta..... | 23 |
| 5.3.9 Valmis kansio..... | 23 |
| 6 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI | 24 |
| 6.1. Produktin arviointi | 24 |
| 6.2 Havainnot ja palaute kansion käytännön kokeilusta..... | 24 |
| 7 POHDINTA | 26 |
| 7.1 Työn eettisyys ja luotettavuus | 26 |
| 7.2 Ammatillinen kasvu | 27 |
| 7.3 Prosessin arviointi..... | 28 |
| LIITE 1 | 34 |

1 JOHDANTO

”Sekoitettiin pulpetti, lähetettiin mulle haukkumakirjeitä, joissa oli nimittelyä, jätettiin ruokajonossa viimeiseksi. Tönäistiin sivuun jos kerkesin heitä ennen. Kun tuli lähemmäksi toisia, alkoi supina, nauru, ringissä olo, töniminen, paskapääksi huutelu, vaatteista nyppiminen, vedettiin tukasta, syljettiin ja paljon muutakin. Sain edelleen olla yksin.” (Holmberg-Kalenius 2008, 27–28.)

Koulukiusaaminen on aihe, joka on puhututtanut yhteiskunnassamme jo parin viime vuosikymmenen ajan. Opinnäytetyötä tehdessämme oli yllättävää kuitenkin huomata, ettei kiusaaminen ole juurikaan vähentynyt tänä aikana. Viime vuosien aikana tapahtuneet koulusurmat Jokelassa ja Kauhajoella ovat viimeimpänä nostaneet esiin keskustelun lasten ja nuorten henkisestä pahoinvoinnista ja koulukiusaamisen vaikutuksesta tähän.

Koulukiusatuilla esiintyy enemmän mielenterveysongelmia kuin niillä, jotka eivät ole olleet osallisena kiusaamiseen (Leinonen 2005, 8). Puuttamalla koulukiusaamiseen varhaisessa vaiheessa voimme vaikuttaa kiusaamisen väheneeseen ja lasten ja nuorten mielenterveyden edistämiseen. Tulevina sairaanhoitajina lasten ja nuorten mielenterveyden edistäminen on meille tärkeä näkökulma opinnäytetyötä tehdessämme.

Opinnäytetyömme on produkti. Tavoitteena oli tuottaa kansio, joka on itse kehittämämme työväline koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Kansio sisältää ohjeet draamaprojektiin, jonka tavoitteena on saada opettajat ja oppilaat käsittelemään ryhmässä vaikeaa aihetta, koulukiusaamista. Toivomme, että kansion avulla opettaja tai ulkopuolinen henkilö esimerkiksi kouluterveydenhoitaja voi pitää luokalleen draamaprojektin, jonka avulla koulukiusaamiseen voidaan puuttua tai sitä voidaan ennaltaehkäistä.

.

Kokeilimme kansion toimivuutta eräässä helsinkiläisessä peruskoulussa keväällä 2010. Kokeilu antoi mahdollisuuden meille testata harjoitteita käytännössä ja kehittää kansio lopulliseen muotoonsa. Valmiiseen kansioon on kerätty kaikki tarpeellinen materiaali projektin toteuttamista varten. Kansiossa on aineistoa keskusteluun johdattamisesta aina draamaharjoituksiin ja näytelmän käsikirjoitukseen. Olemme molemmat entisiä harrastelijanäyttelijöitä, joten meillä oli jo entuudestaan tietoa draaman käytöstä ja halusimme tuoda sitä mukaan produktioomme.

2 KOULUKIUSAAMINEN ILMIÖNÄ

2.1 Koulukiusaaminen

Ihmisten välisessä toiminnassa, kuten esimerkiksi koululuokassa lasten kesken, konfliktit ovat väistämättömiä. Välienselvittelyt eivät aina ole paha asia, vaan niillä on myös kehitykselliset tehtävänsä. Näin lapset oppivat tunnistamaan erilaisia tunnereaktioita itsessään, hallitsemaan tunteitaan ja sopimaan ja selvittämään riitoja. Nämä tilanteet ovat kuitenkin hetkellisiä ja niiden kohteeksi joutuvat lapset vaihtuvat. Nämä tilanteet ovat erilaisia kuin yhteen oppilaaseen kohdistuva jatkuva kiusaaminen. (Salmivalli 2003, 10.)

Koulukiusaaminen on systemaattista yhteen oppilaaseen kohdistuvaa tahallisen vihamielistä käyttäytymistä. Ominaista kiusaamiselle sen toistuvuuden lisäksi on osapuolten epätasaväkisyys, sillä kiusaaja on aina jollain lailla kiusattua vahvempi, kuten esimerkiksi, jos kiusaajia on useita, kiusaaja on vanhempi tai kiusaajalla on vahvempi asema ryhmässä. Olennaista kuitenkin on, että kiusaajalla on valtaa tai voimaa, minkä takia hän saa yliotteen kiusatusta. Näin ollen kiusaaminen voidaan todeta olevan vallan tai voiman väärinkäyttöä. (Salmivalli 2003, 11.)

Kiusaaminen voidaan myös kategorioida suoraan ja epäsuoraan kiusaamiseen. Suorassa kiusaamisessa kiusaaja osoittaa negatiiviset tekonsa suoraan kiusatulle esimerkiksi fyysisellä väkivallalla tai huutamalla negatiivisia asioita kiusatun ollessa paikalla. Epäsuoralla kiusaamisella taas tarkoitetaan esimerkiksi juorujen levittämistä kiusatusta, selän takana pahaa puhumista tai kiusatun eristämistä vallitsevasta ryhmästä. (Hamarus 2008, 45.)

2.2 Koulukiusaaminen tilastojen valossa

Useimpien tutkimusten mukaan kiusattujen lasten osuus peruskouluikäisistä on ollut 5–15 prosentin tasolla viimeisten parin vuosikymmenen ajan. Tuloksiin vai-

kuttaa esimerkiksi tutkimuksessa käytetty tutkimusmenetelmä, sillä tulos riippuu muun muassa siitä, miten kiusaaminen on tutkimuksessa lapsille määritelty ja onko kiusatut lapset tunnistettu itse- vai koulutoverien arviointien perusteella. Tuloksiin vaikuttaa myös lasten ikä, sillä nuoremmat lapset kertovat herkemmin tulevansa kiusatuksi, kun iän myötä tämä vähenee. (Salmivalli 2003, 14.)

Suomessa Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, THL, järjestää joka toinen vuosi samoissa kunnissa tehtävän kouluterveyskyselyn peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisille, sekä lukioden 1. ja 2. luokan opiskelijoille. Kyselyn järjestämiselle saadaan rahoitusta sosiaali- ja terveysministeriön terveyden edistämisen määrärahoista. (Perustiedot Kouluterveyskyselystä 2010.) Tutkimuksesta selviää, että vuosina 2002–2010 koulukiusaamista joutui kokemaan vähintään kerran viikossa 8 % peruskoulun 8. ja 9. luokan oppilaista. Yhteensä näiden vuosien aikana kyselyyn vastasi 55 292 oppilasta. Vuosina 2002, 2004 ja 2006 kiusaamista koki vähintään kerran viikossa 7 % oppilaista. Vuonna 2008 kiusattujen osuus oli 9 % ja vuonna 2010 osuus oli 8 %. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2010.) Näin voidaan siis päätellä, että koulukiusaaminen ei ole merkittävästi lisääntynyt tai vähentynyt viimeisen kymmenen vuoden ajan peruskouluissamme.

2.3 Lainsuoja kiusaamista vastaan

”Perusopetuslain 29 §:n, lukiolain 21 §:n ja ammatillisesta koulutuksesta annetun lain 28 §:n nojalla oppilaalla ja opiskelijalla on oikeus turvalliseen opiskeluympäristöön” (Opetusalan ammattijärjestö OAJ ry 2006). Turvallinen opiskeluympäristö sisältää fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen turvallisuuden. Fyysisesti turvallinen opiskeluympäristö sisältää turvalliset tilat sekä turvallisen koulumatkan, sillä koulutuksen järjestäjä on vastuussa oppilaille koulumatkoilla tapahtuvista tapaturmista. Oppilailla on myös oikeus olla koulussa ilman, että muut kouluyhteisöön kuuluvat kohdistavat väkivaltaa tai väkivallan uhkaa heihin. Kiusaamattomuuden suoja onkin osa YK:n määrittämiä ihmisoikeuksia ja se sisältyy Lapsen oikeuksien julistukseen (Hamarus 2008, 19–20).

2.4 Koulukiusaamiseen liittyvät hankkeet

Salmivalli (2003, 14) kirjoittaa, että *”tuskin on koulua, jossa kiusaamista ei esiinnyisi.”* Tämän vuoksi koulukiusaamiseen on tärkeää puuttua ja kehittää aina uusia työvälineitä sen ennaltaehkäisyyn.

Etsiessämme materiaalia opinnäytetyötämme varten KiVa Koulu -hanke esiintyi monessa lähteessä. KiVa Koulu -hanke on uusi koulukiusaamisen vastainen toimenpideohjelma, jota rahoittaa opetusministeriö. Hanke on kehitetty vuosina 2006-2009 Turun yliopiston psykologian oppiaineen ja Oppimistutkimuksen keskuksen yhteistyönä. Elokuussa 2009 ensimmäiset 1400 perusopetuksesta vastaavaa koulua ottivat sen käyttöönsä ja elokuussa 2010 KiVa Koulu -ohjelmaa käyttävien koulujen määrä Suomessa kasvoi 800 uudella koululla. (KiVa Koulu.) KiVa Koulu -hankkeesta on tarkoitus luoda nykyaikainen ja kansainvälisesti korkeatasoinen kiusaamisen vastainen ohjelma, jonka tuloksellisuutta tutkitaan alusta lähtien (Opetus- ja kulttuuriministeriö).

Mannerheimin lastensuojeluliitolla on tarjolla paljon erilaisia materiaaleja koulukiusaamisen ehkäisyyn ja siihen puuttumisen tueksi. MLL on esimerkiksi tehnyt yhteistyössä Folkhälsanin kanssa dvd:n nimeltään Ettei kukaan jäisi yksin..., joka sisältää viisi lyhytvideota kiusaamisesta. Dvd ja siihen liittyvä keskusteluaineisto on tarkoitettu käytettäväksi oppilaiden kanssa, vanhempainilloissa sekä opettajien keskinäisissä koulutuksissa. (Mannerheimin lastensuojeluliitto.)

Opettajien ja kouluhenkilökunnan merkitys koulukiusaamiseen puuttumisessa ja sen ehkäisemisessä on suuri. Suomen mielenterveysseura tarjosi vuonna 2010 koulujen henkilökunnalle Hyvän mielen koulu -koulutuspäiviä, joiden tarkoituksena oli vahvistaa oppilashuoltoryhmien mielenterveystaitoja. Yhden päivän kestäneen maksuttoman koulutuspäivän tarkoituksena oli myös tukea luokanohjausta, suunnitella turvallisen yhteisöllisyyden toimintatapoja ja vahvistaa oppilashuoltotyöryhmän ja opettajien yhteistyötä. (Suomen mielenterveysseura.)

3 TOIMINTAYMPÄRISTÖ

3.1 Kohderyhmänä alakouluikäiset

Kansiomme on suunnattu kouluun ja alakouluikäisille. Suurin osa lapsista aloittaa koulun sinä vuonna, jolloin täyttävät seitsemän ja yläkouluun siirrytään noin 13-vuotiaana. Alakouluikäiset lapset luokitellaan Freudin psykososiaalisessa kehitysteoriassa latenssivaiheeseen (Harju 2004, 17). Latenssivaihe ei kuulu nuoruuteen vaan sitä voi pitää sen esiasteena. Tuolloin lapsen ego lujittuu ja riippuvuus vanhemmista arvolähteenä vähenee. Tilalle nousee oman itsetunnon kehitys. Itsetunto kehittyy omien saavutusten ja taitojen avulla. (Äijö 2005, 1.) Kansion avulla lapsi voi saada onnistumisen kokemuksia ja pääsee tuomaan itseään esille.

Psykoseksuaalisena vaiheena latenssivaihetta voi kuvailla uinumisvaiheena, sillä tuolloin sukupuolielämällä ei ole vielä persoonallisuudessa huomattavaa osaa. (Toivio, Nordling 2009, 155.) Tämä on osa syy kansion rajattuun kohderyhmään. Murrosiän tuomat seksuaaliset paineet eivät vaikuta ryhmädynamiikkaan.

Latenssivaiheen tärkeimpänä kehityksellisenä tehtävänä voidaan pitää velvollisuudentunnon ja suoriutumisen ilon kehittyminen. Latenssivaiheelle tunnusomaista on myös ilo yhteistyöstä sekä aikaansaaminen. Lapsi vapautuu primääristä tunneriippuvuudestaan vanhempiin, mutta tarvitsee kuitenkin aikuista vierelleen. Nykypäivänä koulun osuus tässä asiassa on noussut esille vanhempien työkiireiden vuoksi. Tunne-elämän kehityksen kannalta on tärkeää, että lapsi tässä elämänsä vaiheessa saa ja pystyy antamaan rakkautta. (Toivio, Nordling 2009, 155.) Kansion avulla oppilailla on mahdollisuus saada positiivista palautetta sekä erityistä huomiota aikuiselta, ilman jatkuvaa arviointia. Ryhmän merkitys on kansiomme tärkein elementti, tästä tarkemmin tuonnempana.

Ennen murrosvaihetta lasten kehityksessä on asiantuntijoiden mukaan tärkeä vaihe, joka antaa tärkeitä kehitystehtäviä. Tässä vaiheessa tunne-elämän, sosi-

aalisen sekä moraalis-eettisen kehityksen tulisi saada kehittyä turvallisesti, jolloin ne vahvistavat lapsen mielenterveyden perusrakenteita. Ryhmään kuulumisen vahvistaa lapsen vuorovaikutussuhteita ja lapsen sosiaalista verkostoa. Toimiva sosiaalinen verkosto ehkäisee vetäytymistä ja kiusatuksi tulemistä, jotka ovat lapsen mielenterveyden uhkia. (Hannukkala & Salonen 2008, 9.)

3.2 Koulun sosiaalinen merkitys

Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet keskittyvät oppimisympäristöön puhuttaessa koulusta ja luokasta. Oppimisympäristöön luetaan fyysinen ympäristö, psyykkiset tekijät ja sosiaalisten suhteiden kokonaisuutta. Suunnitelmassa korostetaan oppilaan kasvun ja oppimisen tukemista. Lisäksi mainitaan oppilaiden sosiaalisten suhteiden tukeminen opettajiin ja opiskelutovereihin. Tavoitteeksi määritellään avoin, rohkaiseva, kiireetön ja myönteinen ilmapiiri. Oppilaiden tulisi myös saada vaikuttaa omalta osaltaan näiden asioiden toteutumiseen ja kehittämiseen. (Opetushallitus, 2004.)

Koululla on suuri merkitys oppilaiden sosiaalisen kehityksen kannalta. Tutkimusten mukaan sosiaalisten taitojen ja akateemisten taitojen välillä on nähty yhteyttä. Sosiaalisella vuorovaikutuksella on myös merkittävä rooli oppilaan oppimiselle. Ryhmätöillä ja erilaisilla työpajoilla on myös nähty positiivisia vaikutuksia sosiaalisen kehityksen kannalta. (Ranta i.a.) Koulu itsessään on sosiaalinen ympäristö, jossa oppilaat voivat harjoitella turvallisesti vuorovaikutustaitojaan. Sosiaalisen kehityksen kannalta tämä on erittäin tärkeää. Kansion avulla voidaan vahvistaa vuorovaikutustaitoja ryhmässä sekä tukea positiivista sosiaalista kehitystä.

3.3 Hyvinvointi ja mielenterveys

Päämäärämme koulukiusaamisen ennaltaehkäisy edistää lasten hyvinvointia ja mielenterveyttä. Hyvinvointi voidaan määritellä lyhyesti täysipainoisen elämän mahdollistajana ja keskeisten tarpeiden tyydyttäjänä (Soudunsaari 2010, 7).

Suurin osa suomalaislapsista voi hyvin. Terveyskyselyn mukaan yli 70 % lapsista ja nuorista kertoi olevansa hyvinvoivia, toisaalta kolmannekselle vaikeudet ja ongelmat ovat yhä vaikeampia. (Hannukkala & Salonen 2008, 14.)

WHO:n määritelmän mukaan ”*mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa yksilö ymmärtää omat kykynsä, pystyy toimimaan elämän normaalistressissä, pystyy työskentelemään tuottavasti tai tuloksellisesti, ja pystyy toimimaan yhteisönsä jäsenenä. Psyykkisellä pahoinvoinnilla tarkoitetaan mielenterveyden ongelmia ja psyykkistä rasittuneisuutta, ahdistuneisuuteen ja oireisiin liittyvää toimintakyvyn alenemista sekä diagnosoitavissa olevia mielenterveyden häiriöitä*”. Lisäksi mielenterveyttä ajatellaan muuttuvana voimavarana, joka elämän eri tilanteissa joko uusiutuu tai kuluu. (Toivio, Nordling 2009, 308). Yksilön mielenterveyteen vaikuttavat tekijät jaetaan fyysiseen, psyykkiseen, sosiaaliseen ja hengelliseen ulottuvuuteen. (Vuorinen 2009, 23.)

Mielenterveystyössä ennaltaehkäisy on noussut merkittävästi esille ja siitä on sairauksien hoidon lisäksi tullut tärkeä osa mielenterveyden hoitoa (Ketola 2010, 11–12). Tulevina sairaanhoitajina meille tärkeä näkökulma on terveyden edistäminen ja opinnäytetyössämme keskitymme mielenterveyden edistämisen näkökulmaan. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, THL määrittelee mielenterveyden edistämisen toimintana, joka tukee optimaalisen mielenterveyden toteutumista. Tarkoituksena ei ole vain puuttua sairauksiin vaan ymmärtää mielenterveys voimavarana. (THL, 2009.)

Mielenterveyden edistäminen keskittyy kaikkien ihmisten mielenterveyden edistämiseen, eikä vain riskiryhmiin kuuluvien. (Toivio, Nordling 2009, 309). Kansiomme on suunnattu kaikille oppilaille, eikä vain riskiryhmälle. Koulukiusatuksi tulemistä tai siitä syntyviä mielenterveysongelmia ei voida myöskään ennustaa, joten olemme nostaneet esille mielenterveyshäiriöiden ennaltaehkäisyn. Mielenterveyden häiriöiden ennaltaehkäisy ja mielenterveyden edistäminen sekoitetaan helposti toisiinsa ja niistä saatetaan puhua synonyymeinä. Mielenterveyden häiriöiden ennaltaehkäisy poikkeaa mielenterveyden edistämisestä siinä mielessä, että siinä keskitytään psyykkisten sairauksien ennaltaehkäisyyn (Toivio, Nordling 2009, 309). Kansiomme avulla pyrimme siihen, että oppilaiden

väliset sosiaaliset suhteet parantuisivat ja näin mielenterveysongelmat vähentyisivät.

Mielenterveysongelmat alkavat usein jo kouluiässä, ja koulun merkitys mielen-terveyden ennaltaehkäisyssä on tärkeä. Tutkitusti joka kahdeksannella nuorella on mielenterveyshäiriöitä. Huonolla koulumenestyksellä ja varhaisilla mielenterveysongelmilla on tutkimusten mukaan yhteys epäsosiaaliseen käyttäytymiseen, rikollisuuteen, päihteiden käyttöön ja käyttäytymishäiriöihin. (Toivio & Nordling 2009, 314.) Varhainen puuttuminen on mielenterveysongelmissa avainasemassa. Alakoulussa saadut kokemukset vaikuttavat kehitykseen. Kansiomme avulla voidaan nostattaa ryhmähenkeä, joka osaltaan voi vähentää kiusaamista ja näin ollen ehkäistä nuoruusiän mielenterveysongelmia.

Kun koulussa on hyvä olla, kouluun sitoutuminen vahvistuu. Vahvalla sitoutumisella koulunkäyntiin on taas huomattu olevan positiivisia vaikutuksia, kuten sosiaalinen ja emotionaalinen kehitys, paremmat työllistymismahdollisuudet sekä kyky toimia yhteisön jäsenenä. Koulutyössä näkyvä mielen-terveyden edistäminen lisää henkistä hyvinvointia ja vähentää mielen-terveyden häiriöiden esiintymistä lapsilla. (Toivio & Nordling 2009, 314.)

4 RYHMÄ

4.1 Ryhmän kehitys

Ryhmää voi kuvata monella tavalla. Ryhmä on joukko ihmisiä, jotka toimivat vuorovaikutuksessa yhteisen tavoitteen tai päämäärän eteen. Ryhmän jäsenille muodostuvat ryhmässä omat roolit ja tehtävät. Pitkään toimineelle ryhmälle tulee usein myös omia tapoja tai käyttäytymispiirteitä. (Aho & Laine 1997, 203.)

Kansion kannalta ryhmän kehitys on erittäin tärkeää halutun lopputuloksen vuoksi. Ryhmän kehityksen kautta ryhmä tiivistyy ja hyvän ryhmähengen ansiosta oppilaiden keskinäinen sosiaalisuus kasvaa. Vaikka kansion antaessa käytännön valmiudet kenelle tahansa toteuttaa projekti, vaatii ryhmä ohjaajalta paljon. Lapset tarvitsevat tukea ja ryhmä paljon työtä päästäkseen kehittymään suotuisalla tavalla.

Vuorinen (2009) erittelee pro gradussaan ryhmän kehitysvaiheita. Kehitysvaiheet jaetaan viiteen osaan: ryhmän muodostuminen, kuohuntavaihe, yhdenmukaisuusvaihe, toimivan ryhmän vaihe sekä ryhmän lopetus. Ryhmän muodostumisessa vuorovaikutussuhteissa korostuu riippuvuus ja testaus. Ryhmän jäsenet testailevat toisiaan ja omaa käyttäytymistään. Kuohuntavaiheessa ryhmän jäsenet tuovat esille yksilöllisyytensä ja saattavat vastustaa ryhmän syntymistä. Yhdenmukaisuusvaiheessa ryhmän sisäinen vastus voitetaan, jäsenten ominaispiirteet hyväksytään ja ryhmää halutaan pitää yllä. Toimiva ryhmä toimii ryhmänä ja sen suorituskky paranee. Lopetusvaihe saattaa aiheuttaa voimakkaitakin tunteita, kuten surua ja haikeutta. (Vuorinen 2009,12) Ryhmän kehitystä ei tarvitse ohjailla, kun ryhmä antaa mahdollisuuden, se kehittyy itsestään, kun ryhmä tiedostaa oman tarkoituksensa ja päämääränsä.

4.2. Roolit ryhmässä

Ryhmälle on ominaista, että ryhmän jäsenet omaksuvat tiettyjä rooleja. Roolin kehittyminen riippuu niin yksilöstä kuin ryhmästäkin. Se, kuinka ryhmän jäsen käyttäytyy, peilautuu ryhmän muista jäsenistä ja hänen roolinsa muokkautuu sen mukaan. Toisaalta taas ryhmä saattaa antaa itse tietynlaisen käyttäytymismallin, jonka ryhmänjäsen ottaa vastaan ja käyttäytyy, kuten hänen oletetaan. Ryhmän jäsenten silmissä arvostetaan toista sen lisäksi, kuinka paljon hänestä pidetään ystävänä eli sosiaalisen vallan perusteella. Sosiaalinen valta taas perustuu siihen miten hänen käyttöksensä edistää ryhmän päämäärää. Se, miten ryhmän jäsenten sosiaalinen rakenne muodostuu vaikuttaa osaltaan koko ryhmän sosiaaliseen rakenteeseen. (Aho & Laine 1997, 208–210.)

Ryhmän koheesiolla tarkoitetaan ryhmän jäsenten keskenään tuntevaa veto-voimaa. Jos koheesio on vahva, niin tarkoittaa se, että ihmiset ovat sitoutuneita ja aktiivisia ryhmää kohtaan. Avoimissa ja vapaaehtoisissa ryhmissä koheesion on oltava vahva, jotta ryhmä jaksaisi toimia eikä kuivuisi kasaan. Jos koheesio on voimakas, niin sillä on myönteisiä vaikutuksia niin ryhmän toiminnoille kuin yksilölle. Voimakkaan koheesion on huomattu olevan myös yhteydessä ryhmän ilmapiiriin ja voimakas koheesio tarkoittaa yleensä myös hyvää ilmapiiriä ryhmässä. (Aho & Laine 1997, 203–205.) Kansion avulla toteutettu draamaryhmä vaatii onnistuakseen voimakkaan koheesion. Ryhmään sitoutumisella ja ohjaamisella voidaan vaikuttaa koheesioon. Kansion ohjaajalta vaaditaan kykyä huomata, mitkä asiat eivät ryhmää kiinnosta.

4.3 Ryhmän merkitys lapselle

Kouluiässä lapsen tietoisuus ryhmään kuulumisesta kasvaa, mikä johtaa avoimien ryhmien koheesion kasvamiseen. Vapaa-ajantoiminnoissa varhaisnuorilla ryhmän koheesioilla on erittäin suuri merkitys. (Aho & Laine 1997, 204.) Vaikka kansion konkreettisena päämääränä on tehdä näytelmä, on tarkoitus myös antaa lapselle suotuisat olosuhteet kehittää itseään, minäkuvaansa ja sosiaalisia taitojaan samalla kun puhutaan tärkeästä aiheesta ja yritetään vaikuttaa lasten ymmärrykseen koulukiusaamisen vaikutuksista.

Koululaisia tutkittaessa on havaittu, että vetovoima ryhmää kohtaan voidaan selittää kolmella tavalla, jotka nostavat ryhmän koheesiota. Ryhmän jäsenistä pidetään ja heidän seuraansa hakeudutaan myös vapaissa tilanteissa. Ryhmän tekemisen kohde kiinnostaa ja ryhmä vetää siksi puoleensa. Tai oma status voi nousta ryhmässä. (Aho & Laine 1997, 204.)

Ryhmään kuuluminen on lapselle palkitsevaa. Minäkuva ja käsitys itsestä ja ominaisuuksistaan kasvaa. Nämä positiiviset ominaisuudet näkyvät, jos lapsen sosiaalinen status ryhmässä on hyvä. Jos lapsi tulee jostain syystä torjutuksi ryhmässä, ryhmään kuuluminen ei tuo enää positiivista vaikutusta. On tutkittu, että ryhmässä torjutuksi tuleminen saattaa aiheuttaa ongelmia. Kouluvaikeudet,

tunne-elämän ongelmat ja käyttäytymisongelmat ovat yhteydessä torjutuksi tulemiseen. (Salmivalli 2008, 23, 44.)

4.4 Draama ja ryhmä

Draamakasvatus eli draamapedagogiikka käsitteenä jakaa mielipiteitä, eikä yhtä ainoaa merkitystä ole. Heikkinen (2002, 13) on omassa pro graduksaan tuonut esille erään määritelmän draamapedagogiikasta. Tässä määritelmässä draamapedagogiikka käsitettä käytetään oppimismenetelmänä, jossa opetuksessa käytetään teatterin keinoja. Draamapedagogiikka voi olla myös tähtäämistä teatteritaiteeseen. Kansiomme yhdistelee näitä kahta päämäärää, ja lisäksi sillä on suuri merkitys ryhmän syntymisen ja kehityksen kannalta. Kansiomme tähtää sekä koulukiusaamiseen liittyvään keskusteluun että näytelmän tekemiseen ryhmässä.

Draamakasvatuksessa ei ole kuitenkaan tarkoitus opettaa teatteritaitoja. Draaman avulla oppiminen on sosiaalista, persoonallista ja esteettistä. Leikin ja kertomusten avulla lapsi oppii ja pystyy yhdistelemään tieteellistä ja persoonallista tietoa. Lapsen on leikissä helppo oppia uutta ja draamaprosessin avulla voidaan myös vaikuttaa lapsen ajatteluun. Draamakasvatus voi olla myös terapeutista ja terapeutisia tavoitteita voivat olla esimerkiksi ryhmätuntemus, moraalien kehittyminen, itsetuntemus sekä sosiaaliset tavoitteet. (Viitaila 2003, 24–26.) Opin näytetyössämme käytettävää draamapedagogiikkaa voimme ajatella myös terapeuttilta kannalta. Ryhmätuntemus ja sosiaaliset suhteet ovat tärkeitä asioita projektin onnistumisen kannalta.

Kuten aikaisemmin tekstissä on tullut ilmi, latenssivaiheessa olevalle lapselle on tärkeää ja hyödyllistä toimia ryhmässä. Draaman käyttö yhteistoiminnallisena menetelmänä saa oppilaat toimimaan ryhmässä tärkeän asian eteen. Yhteistoiminnallisuus draaman keinoin on hauskaa ja se opettaa aktiiviseen työntekoon. Toiminnalla on vaikutus sosiaalisuuteen sekä motivoitumiseen että asenteellisiin tuloksiin. (Haapaniemi 2003, 33.)

5 KANSION SYNTYMINEN

5.1 Produktio toiminnallisena opinnäytetyönä

Ammattikorkeakouluopintoasetuksen mukaan opinnäytetyön tulee kehittää ja osoittaa opiskelijan valmiuksia soveltaa oman alansa ammatillisia tietoja ja taitoja käytännön asiantuntijatehtävissä. Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyöprosessin tavoitteena on muun muassa tuottaa uusia käytäntöjä, toimintamalleja ja tuotteita. Diakonia-ammattikorkeakoulussa opinnäytetyön yksi periaatteista on kasvattaa opiskelijan ammatillisen tiedon ja taidon muodostumista. (Kuokkanen, Kiviranta, Määttä & Ockenström 2007, 23.)

Produktio on yleensä lyhytkestoinen, ja sen tarkoituksena on tehdä jokin tuotos, produkti. Produktion tarkoitus on kehittää työväline käytännön toimintaan, esimerkiksi näytelmä tai kirjallinen tai kuvallinen tuotos. Produktiota suunniteltaessa tulee hahmottaa aluksi työn tavoite ja se, miten työ soveltuu ammatilliseen käytäntöön. Opinnäytetyön tulee myös edistää ammatillista kasvua. (Kuokkanen ym. 2007, 32.)

Ideamme kansion kehittämistä koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn syntyi keväällä 2009 Diakonia-ammattikorkeakoulun Helsingin toimipaikan opinnäytetyötorilla. Seuraavan vuoden aikana ideoita tuli paljon ja opinnäytetyön rajauksessa oli suuri haaste. Monet asiat ovat muuttuneet matkan varrella, jotta lopputulos olisi tarkoituksen mukainen. Kolme peruslähtökohtaa on silti pysynyt mukana työssämme alusta loppuun saakka: opinnäytetyöhömmä sisältyi draaman käyttöä, se tehtiin lasten kanssa ja aiheena oli koulukiusaaminen.

5.2 Kansion syntyminen eri vaiheet

Kansiomme syntyi kolmessa eri vaiheessa. Ensimmäisenä vaiheena oli teoria-tiedon kerääminen. Hyvä teoriapohja koulukiusaamisesta, mielenterveyden edistämisestä, draaman käytöstä työvälineenä ja lapsen eri ikävaiheiden tunte-

misesta loivat hyvän lähtökohdan kansiomme kehittämiseksi. Tämän jälkeen kehitimme ja etsimme improvisaatioharjoitteita, joita kansiomme tulisi sisältämään. Teorian ja harjoitteiden löytämisen jälkeen meillä oli kasassa raakaversio kansiostamme. Tämän jälkeen kokeilimme käytännössä kansion toimivuutta eräässä helsinkiläisessä peruskoulussa keväällä 2010. Kokeilun aikana kirjoitimme käsikirjoituksen näytelmään ja teimme diplomit osallistumisesta oppilaille. Käytännön kokeilu muokkasi kansiomme lopulliseen muotoonsa ja kevään jälkeen meillä oli valmis kansio käsissämme.

Kansion sisällön kokeileminen ja sen kehittäminen käytännössä oli kansiomme syntymisen kannalta tärkeimmässä osassa. Kokeilu rajasi pois improvisaatioharjoitteita, joita emme kokeneet toimiviksi. Saimme myös mahdollisuuden kirjoittaa käsikirjoituksen lasten tuottamien ideoiden pohjalta ja suunnitella tapaamiskerrat ryhmän dynamiikan mukaan.

5.3 Kansion kokeilu käytännössä

Tarkoituksenamme oli ensin kokeilla kansiomme harjoitteita yläkoululaisten kanssa. Otettuamme kuitenkin huomioon ennaltaehkäisevän näkökulmamme opinnäytetyössämme tulimme siihen tulokseen, että kiusaamiseen tulee puuttua jo aikaisemmassa vaiheessa. Koulun opettajien toiveesta kokeilimme kansion toimivuutta 5-luokkalaisten lasten kanssa, sillä heidän keskuudessaan oli esiintynyt koulukiusaamista huomattavan paljon.

Alkuperäinen suunnitelmamme oli pitää yhteensä seitsemän tapaamiskertaa koululla. Näiden seitsemän tapaamiskerran piti sisältää opinnäytetyömme esittely oppilaille, ryhmätapaamiskerrat sekä itse näytelmän esittämisen koululla. Lopulta kuitenkin lisäsimme tapaamiskertoja kahdella kerralla, sillä aloitimme itse näytelmän harjoittelun liian myöhään.

5.3.1 Esittäytyminen koululla

Aloitimme kansion toimivuuden kokeilun koulussa luennolla koulukiusaamisesta kaikille koulun 5-luokan oppilaille. Tarkoituksenamme oli kokeilla powerpoint-esitystä, jonka olimme etukäteen valmistaneet. Kerroimme myös opinnäytetyötämme ja kokeilusta, mitä olimme kouluun tulleet tekemään. Oppilaat innostuivat ryhmästämmä ja kun esityksen loputtua keräsimme vapaaehtoisia oppilaita ryhmäämme, niin 45 lapsesta vajaa 20 lasta halusi mukaan ryhmäämme.

5.3.2 Ensimmäinen ryhmätapaaminen

Ensimmäisellä ryhmätapaamiskerralla meillä oli tavoitteena tutustua toisiimme, päättää yhdessä ryhmän säännöt sekä aloittaa ryhmätyöskentely. Improvisaatio- ja draamaharjoitusten avulla ryhmämme muokkautui lopulliseen kokoonpanoon, johon kuului kymmenen lasta ja kaksi ohjaajaa. Ryhmämme säännöissä määrittelimme oppilaiden kanssa yhteistyössä, ettei ryhmäämme kuulu toisten pilkkaaminen tai asioista ryhmän ulkopuolella puhuminen.

Ryhmän kehitysvaiheisiin peilaten ensimmäisellä tapaamiskerralla ryhmämme kävi muodostumisvaihetta. Ryhmän tytöt olivat selkeästi varovaisia toiminnassaan ja tarkkailivat ryhmän muita jäseniä. He tuntuivat peilaavan itseään toisiinsa ja pysyivät tiiviinä ryhmänä keskenään koko tapaamiskerran ajan. Ryhmän pojat lähtivät selkeästi rohkeammin etsimään omaa paikkaansa ryhmässä heti alusta alkaen.

5.3.3 Toinen ryhmätapaaminen

Toisen tapaamisen tavoitteena oli jatkaa ryhmätyöskentelyä ja keskustelua koulukiusaamisesta. Draamaharjoitusten avulla oli tarkoitus saada oppilaita vapautumaan ja ryhmää tiivistymään. Tapaamisen loppuksi aloimme oppilaiden kanssa suunnitella näytelmää. Kaikki oppilaat saivat kertoa loppupöytäerityisosa-

misistaan ja harrastuksistaan, ja näiden pohjalta rupesimme kirjoittamamaan näytelmää tapaamiskerran jälkeen. Kirjoitimme itse näytelmän ilman oppilaita, mutta otimme sen sisältöön vaikutteita sekä oppilaiden kertomista erityisosaisista että heidän tuottamistaan tarinoista koulukiusaamis-improvisaatioharjoituksen aikana, joka oli kyseisellä tapaamiskerralla.

Ryhmänkehitysvaiheena voidaan toista tapaamiskertaa kuvata edelleen muodostumisvaiheena. Ryhmäläisten oli vielä vaikeaa heittäytyä improvisaatioharjoitteisiin täysillä mukaan ja tuoda omia ajatuksiaan ryhmässä esille. Koimme, että ryhmän dynamiikka ei ollut vielä tarpeeksi vahva täyteen heittäytymiseen, mutta kehitystä oli havaittavissa.

5.3.4 Kolmas ryhmätapaaminen

Kolmannella tapaamiskerralla ryhmän kehittyminen oli selkeästi vahvistunut ja tavoitteemme oli tuolloin kokeilla miten oppilaat toimisivat pienryhmissä. Toisena tavoitteena oli saada ryhmän tytöt vapautumaan ja täysillä mukaan ryhmän toimintaan. Ryhmän tytöt eivät olleet toistaiseksi tapaamisissa vielä pystyneet täysin rentoutumaan, joten he eivät myöskään olleet vielä pystyneet näyttämään itsestään sitä potentiaalia, mihin heiltä löytyi taitoa. Päätimme tehdä improvisaatio- ja draamaharjoituksia sekalaisissa tyttö-poikaryhmissä ja tämä tyttöryhmän hajottaminen toi heille selkeästi itsevarmuutta toimia omina persooninaan. Alkuun tytöt protestoivat kovasti sekaryhmien tekoa ja nahistelivat keskenään, mutta oli hienoa huomata, että tapaamisen lopussa ryhmä alkoi selkeästi vahvistua ja tytöt olivat aktiivisempina mukana.

Kolmannella tapaamisellamme oli selkeästi päästy jo ryhmän kuohuntavaiheeseen, sillä ryhmän jäsenten kesken tuli selkeitä konflikteja ja meitä ohjaajia vastaan kapinoitiin.

5.3.5 Neljäs ryhmätapaaminen

Neljännän ryhmätapaamiskerran tavoitteena oli näytelmän harjoittelun aloittaminen. Jaoimme roolit ryhmän kesken ja pääsimme aloittamaan lukuharjoitukset. Valitettavasti yksi ryhmän jäsen jättäytyi vielä tässä vaiheessa pois, joten meidän oli vielä tehtävä muutoksia näytelmään. Ryhmän jäsenen poisjäänti kuitenkin vahvisti jäljelle jäänyttä ryhmää, ja ryhmäläiset vannottivat toisiaan, että he pysyisivät ryhmässä loppuun saakka. Tällä tapaamiskerralla ryhmämme kuohuntavaihe alkoikin väistyä ja ryhmä alkoi päästä seuraavaan vaiheeseen eli yhdenmukaisuusvaiheeseen. Yhteinen päämäärä oli muodostunut ja kaikki loput ryhmän jäsenet olivat sitä osaltaan rakentamassa.

Olimme jokaisella tapaamiskerralla antaneet oppilaille paljon kannustavaa ja positiivista palautetta. Tälläkin kertaa kannustimme ryhmäläisiä sekä ryhmänä että yksilöinä.

5.3.6 Viides, kuudes ja seitsemäs ryhmätapaaminen

Seuraavien kolmen ryhmätapaamisten tavoitteet olivat samanlaiset. Halusimme pitää ryhmän innostuksen yllä, harjoitella näytelmää sekä toimia hyvänä ryhmänä. Harjoittelimme näytelmää ja suunnittelimme yhdessä sen yksityiskohtia. Oppilaat omaksuivat roolinsa ja harjoittelu tuotti tulosta. Näytelmämme saatiin kokoon määräajassa, vaikka ylimääräisiä harjoituskertoja pitikin lisätä.

Näiden tapaamisten aikana ryhmämme kehittyi yhdenmukaisuusvaiheesta toimivaksi ryhmäksi. Ryhmäläiset olivat omaksuneet oman paikkansa ryhmässä ja ryhmä toimi vähemmällä ohjauksella. Yhtenäinen päämäärä ja yhteinen halu sen toteuttamiseen tuottivat tulosta.

5.3.7 Kenraaliharjoitus

Tapaamisen tavoitteena oli yksinkertaisesti näytelmän viimeistely. Lisäksi halusimme luoda oppilaille itsevarmuutta. Enää emme keskittyneet asioihin jotka näytelmässä kaipasivat viilausta, vaan toimme jokaisen suorituksesta positiiviset puolet esille. Eräs poika ryhmästämme oli sairastunut ja oli erittäin todennäköistä, ettei hän pääsisi osallistumaan seuraavan päivän esitykseen. Hyvän ryhmähengen ansioista saimme luotua ryhmään itseluottamusta ja pienin korjauksin saimme näytelmän korjattua niin, että pojan poissaolo saatiin korvattua.

5.3.8 Ensi-ilta

Tavoitteenamme oli saada oppilaille onnistunut ja hyvä kokemus näytelmän esittämisestä sekä päättää ryhmä. Näytelmä saatiin esitettyä ja jokainen oppilas pääsi hyvään suoritukseen. Esityksen jälkeen keskusteltaessa oppilaat olivat tyytyväisiä itseensä ja ryhmäänsä.

Ryhmän päätökseen halusimme tuoda paljon positiivista palautetta ja pidimme pienimuotoiset ensi-iltajuhlat juoden mehua ja syöden keksejä. Ryhmä oli vielä hyvin innostuneena juuri päättyneestä esityksestä. Kokemuksemme ja keskustelun mukaan ryhmän päätös oli positiivinen ja ryhmäläisille jäi ryhmästä hyvä mieli. Saman tunteen se jätti myös meille ohjaajille.

5.3.9 Valmis kansio

Lopulta kansioomme tuli hyvin vähän muutoksia käytännön kokeilun aikana. Muutokset koskivat lähinnä tulevan ohjaajan valinnanvapautta. Kaikki harjoitteet, jotka meillä toimivat, eivät suinkaan toimi kaikilla ohjaajilla. Samaten ne, jotka meillä eivät toimineet, saattavat toimia toisissa ryhmissä. Haluamme myös painottaa, että vaikka kansio sisältää käsikirjoituksen, on se tehty ottamalla oppilaiden ehdotuksia huomioon. Joten toinen ryhmä saattaa haluta myös osallistua oman näytelmänsä suunnitteluun ja kirjoittamiseen. Lopputuloksena meillä

kuitenkin oli se, mitä lähdimme tekemään, eli kansio koulukiusaamisen ennaltaehkäisyä varten. Valmis kansio sisältää ohjeet projektin toteutukseen, teorian tietoa koulukiusaamisesta, leikkejä, improvisaatioharjoituksia, näytelmän käsikirjoituksen sekä diplomimallin.

6 OPINNÄYTETYÖPROSESSIN ARVIOINTI

6.1. Produktin arviointi

Produkti opinnäytetyönä tuo oman haasteen työn arviointiin. Emme ole tehneet tutkimusta, vaan teimme tuotteen. Kansiota rakentaessamme kokeilimme sisältöä käytännössä, mutta koska kokeilijoina toimimme me itse, emme voi arvioida kokeilun onnistuneisuutta. Peilaten kansiomme sisältöä käyttämäämme teoria-tietoon, voimme todeta, että lähtökohdat kansiolle ovat perusteltuja.

Voimme ajatella tuottamaamme uutta työvälinettä, kansiota, yhteishengen nostattajana. Kansiomme käytön avulla ryhmän keskeinen dynamiikka kehittyy ja toimiva ryhmä voidaan saada aikaiseksi käsiteltäessä samalla vaikeaa aihetta, koulukiusaamista. Tämän kautta pääsemme päätavoitteeseemme, eli koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn ja siihen puuttumiseen.

6.2 Havainnot ja palaute kansion käytännön kokeilusta

Käytännön kokeiluun osallistuneiden oppilaiden opettajat eivät olleet mukana ryhmässämme, joten emme voineet pyytää heiltä arviota itse kansion sisällöstä. Kysyimme kuitenkin heidän havaintojaan oppilaista. He kokivat, että oppilaat olivat innostuneita ryhmästä koko kevään ajan ja kyselivät usein, koska seuraa-

va tapaaminen on. Eräältä opettajalta saimme palautetta hänen oppilaastaan, jolle ryhmämme oli tehnyt erittäin hyvää. Kyseinen oppilas ei normaalisti juuri-kaan ole saanut positiivista palautetta koulussa ja sen saaminen ryhmässä näkyi oppilaan muussa käytöksessä koulun arjessa.

Käydessämme läpi kevään 2010 tapahtumia koululla, nousi sieltä muutama tärkeä asia esiin. Ensimmäiseksi mieleemme tuli esittelykerta koululla, jolloin hankimme vapaaehtoisia ryhmäämme. Aihe oli selvästi erittäin puhutteleva, sillä oppilaat olivat erittäin innostuneita ja heitä lähti mukaan enemmän kuin olimme osanneet odottaa.

Ryhmän kehityksen kannalta huomioimme, kuinka ryhmämme kävi eri kehitysvaiheita läpi. Ryhmä, jonka kanssa jouduimme ensimmäisillä kerroilla käymään paljon keskustelua esimerkiksi istumajärjestyksestä, sillä he eivät olisi halunneet istua tyttö-poika-järjestyksessä, lopettivat ryhmän ryhmähalaukseen.

Ryhmän rooleista teimme konkreettisen havainnon, kuinka roolit saattavat jakautua hyvin eri tavalla verrattuna eri tilanteisiin. Oppilas, jonka sosiaalinen status oli koulussa matala, oli ryhmässämme saanut selkeän johtajan roolin. Hänen arvostuksensa ryhmässä oli erilainen kuin muissa koulun sosiaalisissa tilanteissa. Toisaalta toinen oppilas, jonka sosiaalinen asema muiden oppilaiden silmissä oli hyvin korkea, oli tapaamiskerroilla hyvin hiljainen ja hieman syrjäänvetäytyvä.

Itse näytelmän esittämisestä teimme seuraavia havaintoja. Yleisö, joka koostui koulun muista oppilaista ja opettajista, keskittyi katsomaan tarkasti näytelmää ja eläytyi sen mukaan näytelmän edetessä loppua kohti. Lisäksi oppilaidemme luokan opettaja ihmetteli ääneen, kuinka olimme saaneet oppilaat laulamaan yhdessä.

Kokonaisuudessaan olemme erittäin tyytyväisiä kevään 2010 tapahtumiin ja kansion kokeiluun käytännössä. Pääsimme omiin tavoitteisiimme, emmekä jälkeenpäin keksineet montaakaan parannusehdotusta. Yksi asia, mikä ajoittain jäi harmittamaan, oli ajan puute. Tapaamisemme kestivät tunnista puoleentoista

tuntiin, mutta mielestämme kaksi tuntia olisi ollut parempi aika tapaamisille. Suosittelemmekin tätä aikaa jatkossa kansion käyttäjälle.

Sitä onko koulukiusaaminen kyseisessä koulussa vähentynyt, emme tiedä. Toivomme kuitenkin, että ryhmämme jäsenet ovat miettineet koulukiusaamista ja ovat puuttuneet omalta osaltaan kiusaamiseen. Kuten aikaisemmin toimimme jo esille, koulukiusaaminen ei ole vähentynyt viime vuosikymmenen aikana, vaikka erilaisia hankkeita ja keinoja on kehitetty. Emme usko, että meidän työemme poikkeaisi vaikuttavuudeltaan näistä muista hankkeista, mutta uskomme, että yksi keino toimii toiseen ja toinen toiseen. Yksikin kiusattu vähemmän on aina voitto.

7 POHDINTA

7.1 Työn eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössä eettisten kysymyksenasettelujen tulee näkyä koko prosessin ajan. Eettisyys tulee näkyä työssä rakentavana kriittisyytenä esimerkiksi aiheen valinnan, työskentelyn ja tulosten soveltamisessa. Opinnäytetyötä tekevältä edellytetään rehellisyyttä aineiston kokoamisesta, työstämisestä, lähteiden käyttämisestä ja sopimusten noudattamisessa. (Kuokkanen ym. 2007,27.)

Opinnäytetyöhöemme kuului osana työskennellä alaikäisten lasten kanssa. Ennen ryhmämme muodostumista pyysimme jokaisen oppilaan huoltajalta kirjallisen luvan oppilaan osallistumisesta ryhmään. Lupasimme vanhemmille myös, että oppilaiden henkilöllisyys ei selviäisi opinnäytetyöstämme, joten tästä syystä pidämme myös koulun nimen salassa.

Mielestämme opinnäytetyömme tuote, eli kansio on luotettava, sillä olemme käyttäneet sen tekemiseen tutkittua ja perusteltua lähdekirjallisuutta sekä tutkimuksia.

7.2 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessin aikana olemme usein törmänneet kysymykseen, kuinka työssämme tulee esiin sairaanhoitajan näkökulma. Olemme perustelleet sitä mielenterveyden edistämisen näkökulmasta sekä varhaisella puuttumisella.

Ammatillista kasvuamme voimme ajatella myös sairaanhoitajan kompetenssien kannalta. Olemme oppineet prosessin aikana paljon lasten mielenterveydestä ja sen hoidosta painottaen kuitenkin ennaltaehkäisyä ja hyvinvointia.

Sairaanhoitaja (AMK) koulutukseen kuuluu, että tietyt sairaanhoitajan kompetenssit toteutuvat. Tahdomme nyt nostaa muutamia kompetensseja esille. Tulevina sairaanhoitajina meidän tulee toteuttaa muun muassa seuraavia asioita. Meidän tulee tukea ja aktivoida yksilö, perhe ja ryhmä ottamaan vastuuta terveyden voimavarojen ja toimintakyvyn ylläpitämisessä ja edistämässä (Diak, sairaanhoitajan kompetenssit). Prosessin aikana olemme osallistuneet mielenterveyden edistämiseen ja luoneet välineen, jota käyttämällä sitä voivat tehdä myös muut. Meidän tulee tukea potilaan ja hänen läheistensä hyvinvointia ja jaksamista. Meidän tulee ennaltaehkäistä ja tunnistaa potilaan tai asiakkaan mielenterveyttä uhkaavia tilanteita ja auttaa häntä tarvittaessa hoitotyön keinoin. (Diak, sairaanhoitajan kompetenssit.)

Kansiomme käsittelee mielenterveyttä uhkaavaa asiaa, koulukiusaamista, jonka seuraukset olemme ymmärtäneet ja yritämme tämän opinnäytetyön avulla ennaltaehkäistä sitä. Meidän tulee myös osata suunnitella, organisoida ja kehittää omaa toimintaamme (Diak, sairaanhoitajan kompetenssit). Opinnäytetyöprosessimme vaatii kokonaisuudessaan paljon organisointia, suunnittelua ja toiminnan kehittämistä. Viimeisenä nostettakoon esille kompetenssi, jonka mukaan meidän tulee ymmärtää ryhmä- ja tiimityöskentelyn periaatteet ja osata työskennellä yhdessä toisten kanssa monialaisissa työryhmissä (Diak, sairaanhoitajan kompetenssit). Varsinkin tätä viimeistä kohtaa olemme työskentelymme aikana toteuttaneet. Ryhmätyöskentelyn teoriaan olemme paneutuneet sekä päässeet toteuttamaan sitä.

Suuntautumisemme lapsi- ja perhetyöhön tulevaisuudessa on saanut paljon uusia ulottuvuuksia prosessin aikana. Lasten mielenterveystyö vaatii myös kokemusta toimimisesta lasten kanssa, joilla ei ole mielenterveys ongelmia. Juuri nämä asiat ovat syventyneet koulussa, harjoitteluissa ja opinnäytetyöprosessin aikana.

7.3 Prosessin arviointi

Kansiomme syntyi kevään 2010 aikana. Syksyn 2010 ja kevään 2011 aikana olemme keskittyneet opinnäytetyöme kirjallisen osuuden kirjoittamiseen, joka on ollut yllättävän pitkä ja raskas prosessi. Olemme osittain jakaneet opinnäytetyöme osa-alueita ja osittain kirjoittaneet yhdessä. Olemme käyneet paljon keskinäistä keskustelua aiheiden rajauksesta ja omista näkökulmistamme. Pari-työskentelyn parhaimpia puolia on kuitenkin se, että umpikujan kohdatessa keskustelu parin kanssa antaa uutta näkökulmaa työhön ja kirjoitusprosessiin. Tämä taas auttaa löytämään uusia ja parempia ratkaisuja.

Olemme tyytyväisiä tekemäämme kansioon. Uskomme ja toivomme, että siitä tulee olemaan tulevaisuudessa hyötyä koulukiusaamisen ennaltaehkäisyssä. Opinnäytetyöprosessin päätyttyä selvitämme ovatko esimerkiksi koulut tai erilaiset järjestöt kiinnostuneita ottamaan kansiomme käyttöön.

Lasten kanssa työskentely oli molemmille tuttua, sillä olemme työskennelleet eri-ikäisten lasten kanssa hyvin paljon. Molemmilta löytyy kokemusta päiväkodista, koulusta, sairaalan lastenosastoilta, lastensuojelutyöstä ja kerhoista. Halusimme myös käyttää draamaa opinnäytetyössämme. Idea draaman käytöstä opinnäytetyössämme oli ensimmäinen idea heti koulukiusaamiseen liittyvän aiheen ohella. Olemme molemmat entisiä harrastelijanäyttelijöitä, ja toinen on myös opiskellut alaa jonkin verran. Meillä oli siis kokemusta ja tietoa draaman käytöstä jo etukäteen.

Opinnäytetyöprosessimme aikana asioiden toisiinsa liittyminen ja niiden oivaltaminen on antanut paljon. Kokonaisuudessaan voimme todeta, että olemme oppineet tämän prosessin aikana erittäin paljon mielenterveyden edistämisestä, ryhmän toiminnasta, lasten kanssa työskentelystä, koulukiusaamisesta ja sen ennaltaehkäisyn merkityksestä.

”Nimenomaan ennaltaehkäisy on se tärkein toimenpide, mikä pitäisi tehdä jokaisessa koulussa huolellisesti ja paneutuen. Usko että moni kiusaaminen jää tekemättä hyvän ennaltaehkäisyn johdosta. Lisäksi se on helpoin ja tehokkain tapa vähentää kiusaamista. Ennaltaehkäisy on asennekasvatusta. Pieniä tekoja koulun arjessa. Kiusaamisen ennaltaehkäisy ja kiusaamiseen puuttuminen on monessa koulussa täysin hoitamatta tai se on juuri sitä lepsuilua. Asiaan ei suhtauduta tarpeeksi vakavasti. Hyvä ennaltaehkäisy ei ole resursseista kiinni.” (Holmberg-Kalenius 2008, 176-177.)

LÄHTEET

- Aho, Sirkku & Laine, Kaarina 1997. Minä ja muut. Kasvaminen sosiaalisessa vuorovaikutuksessa. Keuruu: Otava
- Diak. Sairaanhoitajan kompetenssit. Viitattu 2.4.2011.
<http://www.diak.fi/harjoittelu>
- Haapaniemi, Tiina 2003. HYPPÄÄ ROOLIIN! Empatia ja sosiaalisuus draamakasvatuksen tavoitteina luokassa. Pro gradu -tutkielma. Chydenius-Instituutti. Jyväskylän yliopisto. viitattu 16.4.2011
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10726/G0000346.pdf?sequence=1>
- Hamarus, Päivi 2008. Koulukiusaaminen huomaa, puutu, ehkäise. Helsinki: Kirjapaja.
- Hannukkala, Marjo & Salonen, Kristina 2008. Hyvän mielen koulu- mielenterveys lapsuuden ja nuoruuden voimaksi. Suomen Mielenterveysseura.
- Harju, Maria 2004. Poniravikortillisen nuoren hevosharrastus. Kasvatustieteen pro gradu -tutkielma. opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 28.11.2010
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10263/G0000653.pdf?sequence=1>
- Heikkinen, Hannu 2002. Draaman maailmat oppimisalueina - draamakasvatuksen vakava leikillisuus. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 20.10.2010
<http://dissertations.jyu.fi/studeduc/9789513940065.pdf>
- Helsingin kaupungin kunnanvaltuusto 2009. Helsingin lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2009–2012. Tiivistelmä. Viitattu 17.1.2011.
<http://wellsinki.fi/hyvinvointisuunnitelma/hyvinvointisuunnitelma-2009-2012-tiivistelma.pdf>
- Holmberg-Kalenius, Tina 2008. Elämää koulukiusaamisen jälkeen. Helsinki: Gummerus.
- Ketola, Marika 2010. Mitä mielenterveys on ja miten sitä tulisi edistää? – Mielenterveydelle keskustelupuheessa rakentuvat merkitykset. Pro gradu -tutkielma. Psykologian laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 15.1. 2011 <http://hankkeet.mielenterveysseura.fi/e-mielenterveys/files/2010/06/Gkokonaan.pdf>

KiVa Koulu. KiVa Koulu. Viitattu 19.1.2011.

<http://www.kivakoulu.fi/content/view/19/132/lang,finnish/>

Kuokkanen, Ritva; Kiviranta, Mervi; Määttänen, Jukka & Ockenström, Leena
2007. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Tampere: Juvenes Print Oy.

Leinonen, Anna 2005. Koulukiusaamisessa tapahtuneet muutokset. Pro Gradu
tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu
20.10.2010

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12246/URN_NBN_fi_jyu-2005309.pdf?sequence=1

Makkonen, Mila 2006. Yhtä suurta sirkusta – prosessidraama luokan yhteis-
hengen tukijana. Pro gradu -tutkielma. Opettajankoulutuslaitos.
Jyväskylän yliopisto. Viitattu 20.10.2010

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/10591/URN_NBN_fi_jyu-2006181.pdf?sequence=1

Mannerheimin lastensuojeluliitto. Kiusaamisen ehkäiseminen. Viitattu
19.1.2011. <http://www.mll.fi/kasvattajille/kiusaaminen/>

Opetus - ja kulttuuriministeriö. KiVa Koulu -ohjelma. Viitattu 19.1.2011.

http://www.minedu.fi/OPM/Koulutus/artikkelit/Kouluhyvinvoinnin_kehittaminen/KiVaKoulu.html

Opetusalan ammattijärjestö OAJ ry 2006. OAJ:n ohjeet koulukiusaamisen ja vä-
kivallan ehkäisemiseksi. Viitattu 19.1.2011.

http://www.oaj.fi/portal/page?_pageid=515,710881&_dad=portal&_schema=PORTAL

Opetushallitus 2004. Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet. Viitattu
13.3.2011. http://www02.oph.fi/ops/perusopetus/pops_web.pdf

Perustiedot Kouluterveyskyselystä 2010. Viitattu 26.11.2010.

<http://info.stakes.fi/kouluterveyskysely/FI/perustiedot/index.htm>.

Ranta, Anne i.a. Koulu oppilaan sosiaalisten taitojen tukena – käsityksiä ja käy-
täntöjä alakoulussa. Turun yliopisto, julkaisut. Viitattu 13.3.2011.

<http://www.edu.utu.fi/laitokset/tokl/tutkimus/julkaisut/RantaAnne.pdf>

Salmivalli, Christina 2003. Koulukiusaamiseen puuttuminen. Jyväskylä: PS-
kustannus.

Salmivalli, Christina. 2008. Kaverien kanssa – vertaissuhteet ja sosiaalinen ke-
hitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

- Sosiaali- ja terveysministeriö 2008. KASTE 2008-2011. Viitattu 17.1.2011
<http://pre20090115.stm.fi/hl1212563842632/passthru.pdf>
- Soudunsaari, Aki 2010. Pro gradu -tutkielma Liikunta- ja hyvinvointipalvelut työ-
 hyvinvoinnin kehittäjinä – Asiakasyritysten näkökulma. Pro-gradu
 tutkielma. Liikuntatieteiden laitos. Jyväskylän yliopisto. Viitattu
 17.1.2011
[http://www.pedasport.fi/images/stories/Soudunsaari_2010_Liikunta-
 _ja_hyvinvointipalvelut_tyhyvinvoinnin_kehittjn.pdf](http://www.pedasport.fi/images/stories/Soudunsaari_2010_Liikunta-

 _ja_hyvinvointipalvelut_tyhyvinvoinnin_kehittjn.pdf)
- Suomen mielenterveysseura. Hyvän mielen koulu – Avaimia mielen hyvinvoin-
 tiin koulussa. Viitattu 20.1.2011.
http://www.mielenterveysseura.fi/hankkeet/hyvan_mielen_koulu
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2010. Kouluterveyskyselyn tulokset 2002-2010
 Peruskoulun 8. ja 9.luokan oppilaat. Viitattu 26.11.2010.
[http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/4329AEAC-1FA0-47F2-A1AD-
 723CE92381B1/0/kokoaineisto_2010_pk.pdf](http://info.stakes.fi/NR/rdonlyres/4329AEAC-1FA0-47F2-A1AD-

 723CE92381B1/0/kokoaineisto_2010_pk.pdf).
- THL, Terveyden ja Hyvinvoinnin Laitos 2009. Mielenterveyden edistäminen.
 Viitattu 15.1.2011
<http://groups.stakes.fi/MTR/FI/mtervedistaminen.htm>
- Toivio, Timo & Nordling, Esa 2009. Mielenterveyden psykologia. Helsinki: Edita.
- Viitaila, Minna 2003. Elämyksiä ilmaisusta – Toimintatutkimus musiikkinäytelmä
 Viidakkosadun toteuttamisesta. Uramon koulun 3.–6.-luokkalaisten
 lasten kanssa. Pro gradu -tutkielma. Musiikin laitos. Jyväskylän yli-
 opisto. viitattu 2.4.2011
[https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9890/URN_NB
 N_fi_jyu-2005382.pdf?sequence=1](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9890/URN_NB

 N_fi_jyu-2005382.pdf?sequence=1)
- Vuorinen, Elina 2009. "Kaikki on sillee together" Tapaustutkimus koulun yhtei-
 söllisyydestä. Pro gradu -tutkielma. Käyttäytymistieteellinen tiede-
 kunta. Kotitalous- ja käsityötieteiden laitos. Helsingin yliopisto. Vii-
 tattu 28.11. 2010
[http://www.mielenhyvinvoinninopetus.fi/pdf/Vuorinen_Elina_09_pro
 gradu](http://www.mielenhyvinvoinninopetus.fi/pdf/Vuorinen_Elina_09_pro

 gradu)
- Äijö, Katariina 2005. "Ainaki se on terapian ansiosta et mä ylipäänsä oon hen-
 gissä." Neljän nuoren kokemukset psykoterapeuttisen hoitosuhteen
 merkityksestä Pro gradu -tutkielma. Psykologian laitos. Jyväskylän

yliopisto. Viitattu 28.11.2010

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11075/URN_NBN_fi_jyu-2005326.pdf?sequence=1

LIITE 1

Hei 4-5lk oppilaan vanhempi/vanhemmat!

15.2.2010

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Olemme tekemässä opinnäytetyötämme lapsenne koulussa kevään 2010 aikana. Opinnäytetyömme on näytelmäprojektimalli koulukiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Kevään aikana järjestämme koulussa tapaamisia (yhteensä 7 tapaamista) 4-5lk vapaaehtoisten oppilaiden kanssa. Tapaamiskerroilla teemme erilaisia draamaharjoituksia ja valmistelemme näytelmää. Toukokuussa 2010 tulemme esittämään näytelmämme muulle koululle. Ensimmäinen tapaaminen on ma 1.3.2010 klo 13.30.

Projektin aikana pidämme päiväkirjaa tapaamisista opinnäytetyötämme varten. Oppilaiden henkilöllisyys ei tule paljastumaan opinnäytetyössämme.

Annan luvan lapselleni_____ osallistua näytelmäprojektiin, joka on osa Laura Koskisen ja Kaisa Paasosen opinnäytetyötä keväällä 2010.

Paikka ja Päivämäärä_____

Allekirjoitus _____

Nimenselvennys _____

Ystävällisin terveisin:

Laura Koskinen ja Kaisa Paasonen,

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki